

VERKSAMHETS- BERÄTTELSE 2023



Tony Rosten – årets ledare

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

<i>VERKSAMHETSRAPPORTER</i>	3
Styrelsens verksamhetsberättelse för 2023	3
Ansvar i Friluftsförbundet Märsta-Sigtuna 2023.....	5
Verksamhetsberättelse för barnens gröna sida	5
Verksamhetsberättelse Barnskridsko – Skrinna	6
Verksamhetsberättelse kajak	7
Verksamhetsberättelse vandring.....	7
Verksamhetsberättelse långfärdsskridsko	8
<i>RAPPORTER</i>	9
Vi säger GRATTIS till årets ledare, Tony Rosten	9
<i>VERKSAMHETSPLAN 2024</i>	11
Sektionsvis verksamhetsplan	12
<i>PRISLISTA</i>	13
<i>RESULTATRAPPORT</i>	14
<i>BALANSRAPPORT</i>	15

VERKSAMHETSRAPPORTER

Styrelsens verksamhetsberättelse för 2023

Styrelsens 3 åriga verksamhetsplan 2022-2024 konkretiserar hur vi i delmål ska jobba för att bidra till att Strategi 2030 för Friluftsförbundet ska uppnås. Strategi 2030 antogs vid Riksstämman 2021 och innebär bl a för vår lokalavdelning att vi ska inspirera en större allmänhet till friluftsliv genom att erbjuda ett ledarlett sådant.

Under 2023 har styrelsen tillsammans med ledare och andra funktionärer arbetat på i denna anda där viktiga pelare har varit ledarvård och att medlemmar ska känna att vi är en gemensam förening.

För ledarna arrangerade vi den 19 april en fortbildning i Första Hjälp och en annan april-onsdag bjöds det in till en uppskattad täljkurs med yxa och kniv med Sebastian Mateu på Ekorre Möbler. Precis som förra året var alla medlemmar och ledare välkomna på sommarfest med tacos vid Embarsboda. Trädgården befolkades av 50 glada människor den ljumma junikvällen och vi fick dagen till ära sjunga för vårt 89-åriga födelsdagsbarn och ödmjukast tacka Mats Ljungberg för en fantastisk insats och inspiratör under många fina år i vår förening, som inte tar slut men som växlar lite roll i långfärdsskridskosektionen. Vi har också försökt ge tillfällen för alla att träffas utan någon koppling till sektioner och arrangerat skogsbad, pizzabak utomhus, prova på Hitta ut, kallbad med bastu och fredagsmys vid elden.

Årsmötet 2023 hölls i Forum Cabinen den 8 mars och ca 40 personer deltog. Det här året hade vi satsat lite extra på förtäringen och bjöd på pajer med sallad, och kaffe med hembakat fikabröd. Vid årsmötet valdes Ida Niklasson till ny ordförande och från styrelsen avgick Anders Esselin och Lena söder. Jonas Enström och Monica Jansson valdes in som nya ledamöter som tillsammans med kassören Kristina Kleiner, vice ordförande Per Huss, sekreteraren Ylva Strandell, ledarmöten Patrik Kärr och suppleanterna Åsa Krantz och Emelie Runfeldt nu under 2023 har utgjort styrelsen. Efter årsmötesförhandlingarna fick vi lyssna på David Sandberg Hjelms inspirationsberättelse om sitt spännande projekt, att paddla till varje ö i Stockholms skärgård.

Ett stort projekt för styrelsen under våren var att flytta ut ur kansliet i Frejgården Valsta. Det var mycket som skulle gås igenom, sorteras, packas i lådor, slängas och skänkas bort – nostalgifaktorn var hög! Men sedan slutet av april är vi utflyttade och överflyttade till den nya friggeboden vid Embarsboda och in i själva torpet. Ett team från styrelsen har också arbetat med att få upp hyllor och förvaring inne i torpet, bl a till våra ledarkläder och administration.



Bild: Styrelsens långmöte den 23e oktober

Styrelsen har under året haft 10 styrelsemöten varav ett par digitala över Teams och ett som var ett långmöte i början på oktober. Vid långmötet besökte vi Österåkers lokalavdelning och deras fina torp. Vi fick träffa Österåkers ordförande som berättade om deras verksamhet och nycklarna kring deras framväxt.

Vid verksamhetsårets slut den 30 september hade vi 531 medlemmar vilket är något färre än samma tid föregående år.

Ordförande Ida Niklasson

Ansvar i Friluftsförbundet Märsta-Sigtuna 2023

STYRELSE

Ordförande	Ida Niklasson
V. ordförande	Per Huss
Kassör	Kristina Kleiner
Sekreterare	Ylva Strandell
Ledamot	Patrik Kärr
Ledamot	Jonas Enström
Ledamot	Monika Jansson
Suppleant	Åsa Krantz
Suppleant	Emelie Runfeldt

SEKTIONSLEDARE

Barnverksamheten	Emelie Runfeldt
Skrinna	Kristina Kleiner
Långfärdsskridsko	Tony Rosten
Kajak	Åsa Sundman
Vandring	Anders Esselin
Tipspromenader	Sigbritt Gålnander

ANSVARsområDEN

Söndagsvärdar	Kristina Kleiner
Stugfogde	Sven Olof Lööwf
Bokningsansvarig	Per Toräng
Webmaster	Ylva Strandell

Verksamhetsberättelse för barnens gröna sida

Under 2023 hade vi fem barngrupper igång i vår lokalavdelning. Det var en mulle-, två ströware- och en frilufsargrupp. Extra roligt var att ytterligare en frilufsargrupp invigdes till TVM:are i början på höstterminen. TVM står för Tre VildmarksMål och är Friluftsförbundets verksamhet för ungdomar från 13-14 år och uppåt. Det var ca 20 år sedan sist som vi hade en TVM-grupp i vår lokalavdelning. Gruppen deltog på region Mälardalens gemensamma TVM-invigning utanför Nyköping i september tillsammans med grupper från flera andra lokalavdelningar. En spännande och rolig upplevelse!

Den 13–14 maj arrangerade vi för andra året ett gemensamt läger för våra barngrupper ute på Näsudden där 50 barn och föräldrar deltog. Det blev ett lyckat läger med mycket bad och lek. Det tovades, täljdes och lagades god mat på elden. De flesta övernattade i tält men den äldsta gruppen sov i vindskydd eller under bar himmel. Lägre var ett bra tillfälle för barnen att träffa och se att det finns fler grupper, och för ledarna att lära känna och hämta inspiration från varandra.



Bild: Läger för barngrupper på Näsudden

Två ungdomar från TVM-gruppen deltog i riksorganisationens ungdomsforum som arrangerades för första gången förra året. Syftet var att skapa en mötesplats för ungdomar inom organisationen och under en helg fick de delta i föreläsningar, workshops och roliga friluftaktiviteter.

Två barn från frilufsargruppen har varit med som hjälpledare i en av de yngre grupperna, något som var uppskattat av båda parter!

Stort tack till alla fantastiska barnledare för ert engagemang och för all tid ni lägger på att planera och genomföra roliga, spännande och lärorika aktiviteter för våra barngrupper!

Emelie Runfeldt

Verksamhetsberättelse Barnskridsko – Skrinna

Under nov-dec 2023 hade vi skridskoskola 5 lördagsmorgnar med 15 talet glada barn som gjorde progress på isen. Tack vare 4 ledare varav två från vår TVM grupp hade vi möjlighet att dela in barnen i grupper och utgå från deras olika behov.

Kristina Kleiner

Verksamhetsberättelse kajak

Kajaksäsongen 2023 inleddes i april med en ledarpaddling i skärgården öster om Ornö. Därefter följde fyra långhelger, en nybörjarkurs och ett par kvällspaddlingar innan säsongen avslutades med en vintrig adventspaddling. Målet om 20 turdagar uppnåddes och överträffades trots att kraftiga vindar tvingade oss att ställa in den planerade bastupaddlingen.

En av höjdpunkterna under den gångna säsongen var avslutningen av nybörjarkursen. Väderprognosen hotade med en hel del blåst och regnskurar, speciellt den avslutande paddeldagen. Vi startade i Bystaviken på Östra Lagnö och inledde med en vindskyddad innan vi vågade oss ut i blåst och vågor. När lunchen intogs på en solig klippa i lä så var kursdeltagarna både stolta och nöjda över sin prestation. Det är lika roligt varje gång att se hur deltagarna utvecklas från rena nybörjare till stabila turpaddlare på bara en vecka.



Åsa Sundman

Verksamhetsberättelse vandring

Under 2024 har tyvärr vandringsverksamheten i lokalavdelningen gått på lågvarv. Fyra tysta vandringar i Sköndalsskogen har erbjudits, men inga deltagare förutom ledaren Margareta Yrlid har dykt upp. Den 20 maj anordnades för tredje gången en Gökotta på Sigtuna golfklubb. Ca 30 personer deltog. Arrangörer var som tidigare gånger Sigtuna golfklubb, Naturskyddsföreningen, Friluftsfrämjandet och Sigtuna Naturvänner.

Anders Esselin

Verksamhetsberättelse långfärdsskridsko



Bild: Ledare Henrik Englesson vid iskanten i skärgården utanför Hargshamn

Säsongen 2022-23 inleddes med turer i närområdet redan i december. Mildväder runt nyår och i januari gav flera långa veckors pauser i turverksamheten emellanåt. Flera skärgårdsturer arrangerades i Hargshamn och Lännaskärgården i Roslagen. Den klassiska 10-sjöarsturen i Södermanland genomfördes också i fantastiska förhållanden.. Sammanfattningsvis var det en bra säsong med många deltagare på turerna. Totalt blev det 26 utlysta turer i olika åkstyrkegrupper med i snitt 12 deltagare per tur.

Vi arrangerade också en nybörjarkurs som blev fulltecknad och genomförde ledarutbildning med räddningsövningar.

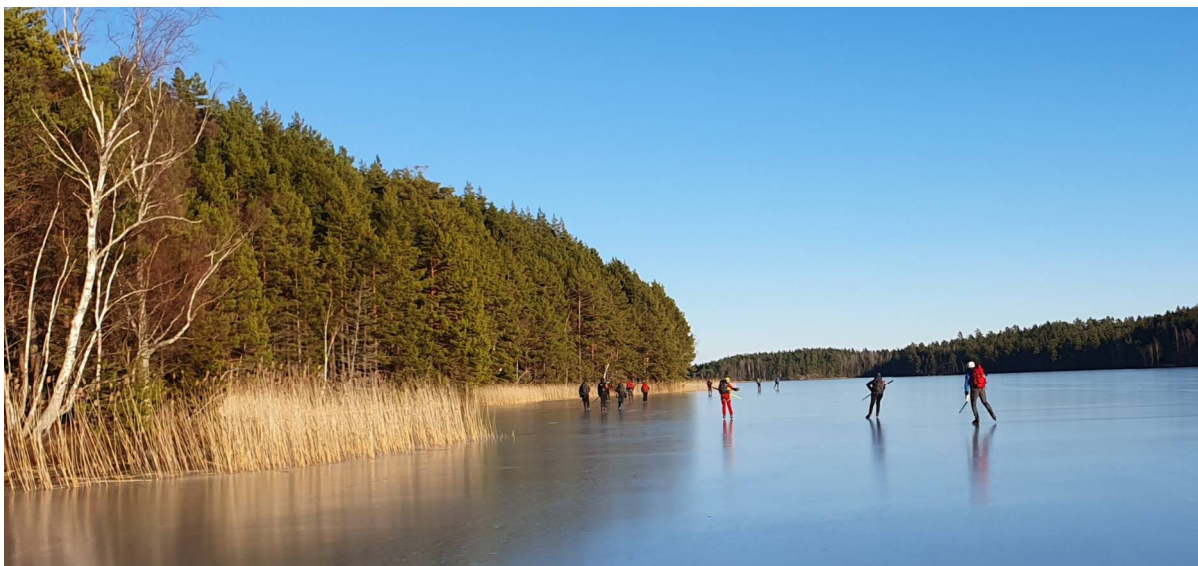


Bild: Gruppen åker sista sträckan på klassiska 10-sjöarsstråket i Sörmland
Tony Rosten

RAPPORTER

Vi säger GRATTIS till årets ledare, Tony Rosten

I februari 2021 blev vi kontaktade av Tony Rosten, långfärdsskridskoledare i Eskilstuna. Han skulle flytta från Eskilstuna till Sigtuna under hösten och han hade upptäckt att vi har en omfattande långfärdsskridskoverksamhet. Tony hängde med på en rekognosceringstur på Askrikefjärden och vi får väl säga att tycke uppstod.

Inom ELS (Eskilstuna Långfärdsskridskoåkare) satt Tony i styrelsen och var ansvarig för introduktionsutbildning för nya medlemmar, ett uppdrag som han har kvar. I början av säsongen var han, tillsammans med ELS, och åkte på nylagda isar i norra Dalarna.

Tony flyttade med familjen till en gård vid Gurresta, och säsongen 2021-2022 började han som ledare i vår långfärdsskridskosektion. Utöver skridskoåkning så ägnar Tony en hel del tid åt familjen, gården och familjens hund och hästar. Andra fritidsintressen är skidåkning, fjällvandring och båtliv.

Tony har ett brinnande intresse för långfärdsskridsko, och en mycket god kunskap om isar. Han gillar att hitta nya isar och är en frekvent israpportör på Skridskonätet. Det är personer som Tony som gör Skridskonätet till ett fantastiskt verktyg för planering av turer.

Under de 2.5 säsonger som Tony varit ledare hos oss har han lett ett antal turer, och mycket aktivt deltagit i turplaneringen. Under Tonys ledning har vi fått till flera turer i grupp 3-tempo och flera längre envägsturer som till exempel Stallmästargården till Vallentuna, 10-sjöarsturen i Sörmland och nu i vinter Bålsta till Västerås. Även om Tony är en snabbåkare, och gärna leder snabba grupper, så är han även gärna med och leder våra långsammare grupper. Han är en trygg och uppskattad ledare bland deltagarna och bidrar till att både deltagare och ledare har kul på isen.



Med sitt glada humör passar han bra in i övriga gänget. Han bjöd i våras också in ledarna till en helg på ön Norsten, längst ut i södra Stockholms skärgård, där Tony har en andel. (Norsten är känd för att Gusten flydde dit när Madam Flod gifte sig i Hemsöborna).

Långfärdsskridskosektionen har ett antal entusiastiska ledare och vi har på senare år förbättrat rutinerna för dokumentation, säkerhetsplan etc. Tony bidrar till entusiasmen och det glada samarbetet och har varit drivande i flera förbättringar t.ex. ledarutvecklingsdagar med fokus på navigation, åkteknik och säkerhet. Vid ett par tillfällen har ledare från lokalavdelningen tillsammans med andra inbjudna ledare och representanter från regionen tränat på olika, mer eller mindre avancerade, situationer att rädda åkare som hamnat i vattnet. Tony har även bidragit till att fler ledare nu samordnar turplanering, skriver turutlysningar och isnytt.

Det känns därför väldigt bra och tryggt att Tony den här säsongen har tagit över sektionsledarrollen, en roll som han under hösten tagit sig an med bravur.

Mats Ljungberg och Åsa Sundman

VERKSAMHETSPLAN 2024

Den 3-åriga verksamhetsplanen antogs på riksstämman 2021. Den konkretiserar vad hela Friluftsfrämjarorganisationen behöver fokusera på de kommande 3 åren för att uppnå målen i Strategi 2030:

1. Fler aktiva medlemmar genom många, bra och engagerade ledare
2. Mer utomhuspedagogik i förskola och skola (detta fokusmål har vi ingen lokal verksamhetsplan för)
3. Mer inspiration till allmänheten

För lokalavdelning Märsta-Sigtuna har verksamhetsplanen för 2024 bestämts innehålla:

Övergripande mål 1:

Vi ska ha välutbildade ledare som känner sig stolta och trivs med att vara ledare i vår lokalavdelning. Vi vill också rekrytera nya ledare.

Aktiviteter för att nå det övergripande mål 1:

- Styrelsen ska delta i ett utbildningsevent med regionen på tema "locka-behålla ledare"
- Liten nystart av vandringssektionen under året
- Arrangera minst en lokal fortbildning för ledare
- Bilda en ledarvårdsgrupp bl.a. med syfte att arrangera fortbildningar och träffar för ledare.

Övergripande mål 2:

Våra medlemmar och ledare ska känna gemenskap, att vi är en förening där det är trivsamt och roligt att vara medlem.

Aktiviteter för att nå övergripande mål 2:

- Arrangera ca 6 fristående äventyr som inte kräver någon förkunskap, för medlemmar att enkelt ges möjlighet att ses över sektionsgränserna och tillfällena kan också användas till att välkomna potentiella nya medlemmar
- Fånga upp önskemål om nya aktiviteter och andra idéer från medlemmar
- Göra en instruktion till den som vill leda ett fristående äventyr. I instruktionen ska stå vad man ska berätta om lokalavdelningen under träffen, att man ska säga något om allemansrätten, tips på introduktion och avslut av aktiviteten samt att man som ledare ska bära profilkläder.
- Sätta ihop ett program på våren och ett på hösten med kommande halvårsaktiviteter. Programmet kan t ex spridas via webb, nyhetsbrev och i Embarsboda.
- I några av nyhetsbreven ge en kort rapport från våra sektioner.

Övergripande mål 3:

Vår verksamhet ska synas mer, utanför vår egen organisation.

Aktiviteter för att nå övergripande mål 3:

- Se till att det finns bra information om vår förening i Embarsboda, bl.a. genom att uppdatera och trycka foldern om vår lokalavdelning samt trycka en skylt med information om vår lokalavdelning som kan sättas utomhus.
- Ha som mål att genomföra minst 2 aktiviteter med andra föreningar/aktörer i kommunen.
- Hitta en ny marknadsföringskanal utöver sociala medier (Facebook, Instagram), nyhetsbrev och affisch i Embarsboda.
- Ha konkreta ideer när/vid vilket/a event lokaltidningen ska kontaktas under året.
- Aktivt arbeta med vår kommunikationsplan och göra den känd bland våra ledare.

Sektionsvis verksamhetsplan

Kajak

Säsongen 2024 återvänder vi för en veckopaddling på norra Åland. Utöver det planeras ett antal helgturer, den första redan i början av maj, en serie kvällspaddlingar under maj och juni och en avslutande adventspaddling. Målet är omkring 30 turdagar under 2024. Glädjande nog har vi även två nya ledare som inleder sin utbildning under våren och några planerade fortbildningar för övriga ledare. Vi ser fram emot en härlig kajaksommar!

Långfärdsskridsko

Långfärdsskridskosektionen har som mål att arrangera trygga och säkra turer alla helger som vädret och isförhållandena tillåter. Turerna lyses ut på Skridskonätet, vi har en länk hit från en allmän aktivitet i Äventyrs-hanteraren. Sektionen ska också arrangera en kurs för nybörjare samt färdigutbilda ytterligare en ledare steg tre. I det fall det blir ett Sigtunarännet kommer ledare från långfärdsskridskosektionen att ställa upp som funktionärer. Under säsongen kommer vi också att anordna lokal fortbildning för våra ledare. Målsättningen är också att arrangera en skridskoresa till ett intressant färdmål såsom t ex Ålands skärgård.

Barnverksamheten

Under 2024 planerar vi att ha sex barngrupper igång i vår lokalavdelning. Den äldsta gruppen är TVM:are med barn 13-14 år gamla. Den yngsta blir en nystartad Mullegrupp för barn 4-5 år gamla. Vi kommer att arrangera ett gemensamt läger för våra barngrupper i juni. TVM-gruppen planerar att åka på ett TVM-ting, antingen i Skåne eller någonstans inom region Mälardalen. Ledarna bjuds in till minst en ledarträff.

Vandring

Vandringssektionen tänker sig en liten nystart kommande året och kommer genomföra vandringar i låglandsterräng och en ny ledare kommer att utbildas. Ingen kurs för längdskidor har bedrivits denna vinter men det finns förhoppning om nya tag vinter 24-25.

PRISLISTA

Friluftsförbundet Märsta-Sigtuna 2023

Medlemsavgift/år	Vuxen 26- år 380:-	Ungdom 13-25 år 180:-	Barn 0-12 år 110:-	Familj 550:-
------------------	--------------------------	-----------------------------	--------------------------	-----------------

	Medlem 10:-/gång	Icke medlem 10:-/gång	Barn Gratis
Tipspromenad			
Hyra av Embarboda	200:-	400:- (Städa själva) 600:- (Lämnar ostädat) (betalas till 5013-3297)	
Långfärdsskridsko	60:-/gång	100:-/gång	
Vandring	50:-/gång	100:-/gång	

Kajak	Tur per dag helg Långhelg	Turpris 150:- 350:- 650:-	Kajakhyra 150:- 360:- 650:-
	Prova på/kväll 300:- inkl kajak		
	Kajakledare, men ej för den aktuella turen och ungdomar har halva priset		
	Passagerare i bil betalar kr 10:00 per mil.		

Barnaktiviteter	Knopp/Knytte/Mulle	350:-/termin
	Ströv/Frilufs/TVM	400:-/termin
	Barnskridsko/Skrinna	450:-/termin
	Ledares barn deltar utan avgift	

Reseersättning	Vid körning för ledare och funktionär i Friluftsförbundet är reseersättningen 25 kr per mil
----------------	---

RESULTATRAPPORT

Friluftsförbundet Märsta-Sigtuna
Räkenskapsår 2023-01-01 – 2023-12-31

Rörelsens intäkter och lagerförändring

Nettoomsättning

3010 Medlemsavgifter	33 845,00
3020 Deltagaravgifter	113 140,00
3030 Uthyrning	200,00
3120 Kommunala bidrag	18 290,00
3210 Försäljning varor	27 689,00

S:a Nettoomsättning **193 164,00**

Övriga rörelseintäkter

3990 Övriga intäkter	530,00
----------------------	--------

S:a Övriga rörelseintäkter **530,00**

S:a Rörelsens intäkter och lagerförändring **193 694,00**

Rörelsens kostnader

Råvaror och förnödenheter / Handelsvaror

4010 Inköp materiel och varor	-15 997,83
-------------------------------	------------

S:a Råvaror och förnödenheter / Handelsvaror **-15 997,83**

Bruttovinst

177 696,17

Övriga externa kostnader

5010 Lokalhya	-16 058,00
5030 Underhåll fastighet	-10 643,30
5460 Verksamhetsmaterial	-23 596,50
5470 Utdelat material	-4 005,00
5480 Friluftsutrustning	-2 203,00
5800 Resekostnader	-6 785,00
5910 Annonsering	-11 014,50
5930 Reklamtrycksaker & Friluft-Aktuellt	-3 000,00
6110 Kontorsmateriel	-70,00
6250 Postbefordran	-7 574,50
6410 Utbildning och läger	-23 837,00
6420 Ledarkostnader	-29 450,00
6430 Reseersättning	-12 467,00
6440 Möten och konferenser	-12 817,35
6570 Bankkostnader	-7 599,50
6990 Övriga kostnader	-2 600,00

S:a Övriga externa kostnader **-173 720,65**

S:a Rörelsens kostnader **-189 718,48**

Rörelseresultat **3 975,52**

Finansiella poster

Övriga ränteintäkter och liknande intäkter

8300 Ränteintäkter från omstillg	2 947,93
----------------------------------	----------

S:a Övriga ränteintäkter och liknande intäkter **2 947,93**

S:a Finansiella poster **2 947,93**

Resultat efter finansiella poster **6 923,45**

Resultat före skatt **6 923,45**

Årets resultat

8999 Årets resultat	-6 923,45
---------------------	-----------

S:a Årets resultat **-6 923,45**

Beräknat resultat:

0,00

BALANSRAPPORT

Friluftsförbundet Märsta-Sigtuna
Räkenskapsår 2023-01-01 – 2023-12-31

	Ingående balans	Ingående saldo	Perioden	Utgående saldo
TILLGÅNGAR				
Anläggningstillgångar				
Finansiella anläggningstillgångar				
1360 Långfristig fordran	50 000,00	50 000,00	0,00	50 000,00
S:a Finansiella anläggningstillgångar	50 000,00	50 000,00	0,00	50 000,00
S:a Anläggningstillgångar	50 000,00	50 000,00	0,00	50 000,00
Omsättningstillgångar				
Kassa och bank				
1930 Checkräkningskonto	18 904,50	18 904,50	2 557,52	21 462,02
1940 Depåkonto	132 286,00	132 286,00	-132 286,00	0,00
1950 Placeringskonto	219 431,13	219 431,13	-84 197,07	135 234,06
1962 Fasträntekonto 6 månader	0,00	0,00	219 843,00	219 843,00
S:a Kassa och bank	370 621,63	370 621,63	5 917,45	376 539,08
S:a Omsättningstillgångar	370 621,63	370 621,63	5 917,45	376 539,08
S:a TILLGÅNGAR	420 621,63	420 621,63	5 917,45	426 539,08
EGET KAPITAL, AVSÄTTNINGAR OCH SKULDER				
Eget kapital				
Balanserad vinst eller förlust				
2091 Eget kapital	-381 079,74	-381 079,74	20 989,80	-360 089,94
2098 Vinst/förlust föregående år	-35 111,89	-35 111,89	-20 989,80	-56 101,69
S:a Balanserad vinst eller förlust	-416 191,63	-416 191,63	0,00	-416 191,63
Årets resultat				
2099 Årets resultat	0,00	0,00	-6 923,45	-6 923,45
S:a Årets resultat	0,00	0,00	-6 923,45	-6 923,45
S:a Eget kapital	-416 191,63	-416 191,63	-6 923,45	-423 115,08
Skulder				
Kortfristiga skulder				
2999 Förutbetalda intäkter & upplupn kostna	-4 430,00	-4 430,00	1 006,00	-3 424,00 *
S:a Kortfristiga skulder	-4 430,00	-4 430,00	1 006,00	-3 424,00
S:a Skulder	-4 430,00	-4 430,00	1 006,00	-3 424,00
S:a EGET KAPITAL, AVSÄTTNINGAR OCH SKULDER	-420 621,63	-420 621,63	-5 917,45	-426 539,08
Beräknat resultat:	0,00	0,00	0,00	0,00

* 900,00 Ledaersättning Carolina Bramklev
2 524,00 Skrinna
3 424,00



VÄLKOMMEN UT TYCKER LEDARNA FRÅN SKOFJÄRDEN!